Лечебник русских знахарей



ПРИ ПРОСТУДЕ И КАШЛЕ лечиться надо так. Взять эмалированную кастрюлю без трещин. Влить в нее стакан молока и всыпать столовую ложку шалфея. Прикрыть блюдцем или тарелкой. Вскипятить эту смесь на небольшом огне, дать ей немного остыть и процедить. Вскипятить вновь, прикрыв блюдцем. Пить горячей перед сном, остерегаясь сквозняков.

В сибирских деревнях при "жесткой простуде" и сильном кашле применялось такое средство: 20 г полыни настоять в пол-литре водки не менее 24 часов. Принимать по столовой ложке 3 раза в день и перед сном. Для лечения детей это средство не рекомендуется.

Взять большую репчатую луковицу, очистить, вымыть и натереть на терке. Смешать с гусиным жиром. Втирать эту смесь в область грудной клетки и шеи. Завязать теплым платком. Утром натощак принимать по столовой ложке этой смеси при кашле.

В средней России одним из самых популярных средств лечения кашля, особенно у детей, был сок черной редьки. Взять очищенную черную редьку, натереть на терке и отжать сок. Смешать его со столовой ложкой меда. Принимать по две столовые ложки за 15–20 минут до еды 3–4 раза в день.

Смешать свежевыжатый сок моркови с молоком в равных пропорциях. Принимать при кашле 5–6 раз в день

Для облегчения отхождения мокроты очень полезно принимать сироп из сока брусники, смешанный в равных пропорциях с медом.

Корень алтея лекарственного, нарезанный и высушенный, применяется как отхаркивающее и противовоспалительное средство при катарах верхних дыхательных путей, особенно у детей. 15 г корня заливают половиной литра холодной воды и дают настояться сутки. Принимать по десертной ложке 4–5 раз в день.

Черную редьку, промытую и очищенную, нарезать тонкими ломтиками, пересыпать сахарным песком. Через 6 часов выделившийся сок можно употреблять по столовой ложке каждый час. Данное средство рекомендуется для ле-

чения кашля у детей.

Взять овес или ячмень, насыпаать его в кастрюлю, заполнив ее на 2/3, долить молоком, чтобы жидкость не доходила до края на 2 пальца. Закрыть крышкой и поставить в духовку с небольшим жаром. Доливать молоком по мере выкипания, пока овес не разварится. Пить эту жидкость по 2–3 столовые ложки 3 раза в день при кашле.

В пол-литровую бутылку вина положить четыре больших листа алоэ. Настаивать 4 дня. Принимать при хроническом бронхите по 1 десертной ложке три раза в день

В Ярославской губернии воспаление легких, длительный кашель и бронхит лечили тоже алоэ. Готовили лекарство следующим образом: 300 граммов меда, половину стакана воды и лист мелко нарезанного алоэ варить на очень медленном огне два часа. Остудить и перемешать. Хранить в прохладном месте. Принимать по столовой ложке 3 раза в день. Лекарство часто назначалось детям.

При остром насморке больному рекомендовалось париться в бане и пить чай из липового цвета. Область гайморовых пазух прогревать сваренным вкрутую яйцами, прикладывая их в скорлупе по обе стороны носа и держа до полного остывания.

Детям, особенно маленьким, при насморке рекомендовалось закапывать в нос свежеприготовленный сок свеклы.

При ларингите и потере голоса, особенно певцам, рекомендовался отвар анисовых семян. В кастрюлю вылить стакан воды и полстакана анисовых семян. Кипятить в течение 15 минут. Слегка остывший отвар процедить и смешать с четвертью стакана липового меда и еще раз прокипятить. Снять с огня и добавить туда столовую ложку коньяка. Принимать по столовой ложке каждые полчаса.

Чай из плодов шиповника с медом не только укрепляет организм, но и является хорошим профилактическим средством от простуды.

При гриппе полезно принимать спиртовую настойку листьев эвкалипта. 20 г сухих, измельченных листьев залить спиртом. Плотно укупорить и настаивать 7-8 дней. Процедить и остаток отжать в настойку. Принимать по 20-25 капель, разведенных в 1/4 стакана кипяченой воды.

ОЖОГИ И ОБМОРОЖЕНИЯ. Лечение ожога: немедленно намочить обожженное место холодной водой и сразу засыпать чистой питьевой содой.

Одним из лучших средств лечения ожогов в знахарской практике считается свежая моча. Немедленно после ожога смочить обожженное место мочой и не вытирая дать просохнуть.

Взбить яйцо – желток и белок вместе – и смазать обожженное место.

При общем обморожении больного укладывают в ванну при температуре воды 25^{0}С. В течение 15-20 минут прибавляют горячую воду, доводя температуру ванны до 36-37^{0}С. Поддерживая эту температуру, проводят энергичный массаж всего тела больного. После нормализации температуры тела и пульса больного вынимают из ванны, вытирают досуха, укладывают в постель и обкладывают грелками.

При местном обморожении знахари Сибири пользовались компрессами из холодной воды. Намочить в холодной воде марлю и отжать. Наложить на обмороженное место, покрыть компрессной бумагой или клеенкой, ватой и завязать. Держать не снимая 10-12 часов.

ЗАЖИВЛЕНИЮ РАН хорошо помогает следующее средство. Разрезать лист алоэ и резаной стороной приложить к порезу, прибинтовать. Через 5-6 часов, как утверждали знахари, рана уже "схватится".

Заполнить бутылку свежими листьями крапивы, залить спиртом и закрыть пробкой. Выставить на солнце на 2 недели. Смоченная в такой настойке марля ускорит заживление ран и предохранит от инфекции.

При флегмонах, долго незаживающих язвах и

ранах рекомендуется применять примочки из отвара листьев эвкалипта. 30 граммов измельченных сухих листьев залить стаканом крутого кипятка и кипятить при постоянном помешивании 30 минут. Остудить и процедить.

СРЕДСТВА ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЙ. При кровоточивости десен полезно полоскать рот чуть теплым отваром коры дуба и липового цвета. Смешать две части коры дуба и одну часть липового цвета. Чайную ложку смеси заварить стаканом кипятка, процедить и остудить.

При обильных и болезненных менструациях русские знахари рекомендовали полевой хвощ. Одну чайную ложку травы заварить двумя стаканами крутого кипятка. Принимать при сильных болях и обильном кровотечении каждые два часа по столовой ложке. При стихании боли – по столовой ложке 3 раза в день.

При атонии матки и маточных кровотечениях применяли отвар пастушьей сумки, который вызывает сокращение маточной мускулатуры. 10 г травы заварить как чай 200 мл крутого кипятка. Принимать по столовой ложке 3 раза в день.

Высушенный корень чернобыльника нарезать мелко и приготовить отвар из расчета 3–5 корешков на 10 стаканов кипятка. Принимать по полстакана 2 раза в день до уменьшения кровотечения и стихания боли при менструации.

Еще в пятнадцатом веке для остановки носовых кровотечений применяли сок и отвар тысячелистника. В более позднее время тысячелистник стали использовать для остановки внутренних, в частности, маточных кровотечений.

БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ. При гастрите одним из эффективных методов лечения русские лекари считали лечение яблоками. Подходят только зеленые сорта яблок. Вымытые и очищенные от сердцевины и кожуры яблоки натереть на мелкой терке. 4–5 часов до и после приема яблок не есть и не пить. Желательно есть яблоки рано утром, тогда к 11 часам утра уже можно завтракать. На ночь

яблоки есть нельзя – это вызовет ухудшение состояния из-за повышения газообразования. Лечение продолжать в течение месяца ежедневно, второй месяц 2–3 раза в неделю, третий – еженедельно. При этом необходимо соблюдать предписанную диету и не употреблять молока, крепкого чая, кофе, не есть жирную, острую, соленую пищу, свежий хлеб, пряности.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастрите с повышенной кислотностью рекомендовалось употребление сока картофеля. Сок должен быть свежеприготовленным. Принимать по 3/4 стакана натощак. После приема сока лечь на полчаса. Через час можно есть. Продолжать лечение 10 дней, затем 10 дней перерыва и еще 10 лечения.

Заварить в стакане кипятка по 1 чайной ложке золототысячника, шалфея и ромашки аптечной. Прикрыть блюдцем, дать остыть и процедить. Принимать при обострении колита по 1 столовой ложке 5–7 раз в день.

300 г грецких орехов колют и достают перегородки, которыми разделены части ядра. Заливают их 250 мл спирта и настаивают 3 дня. Принимать при поносе по 6–10 капель, разбавляя теплой кипяченой водой.

Чайную ложку недробленого риса залить семью чашками холодной воды. Кипятить на медленном огне до полной готовности риса. Полученный отвар без риса давать ребенку при поносе в теплом виде по 1/3 чашки каждые 2 часа.

При поносе утром и вечером принимать стакан водного раствора марганцевокислого калия. Раствор должен быть светло-розовым. Следить за тем чтобы все кристаллы растворились в воде. Обычно однократного приема бывает достаточно для прекращения поноса.

Отвар черники – старинное средство для лечения поноса. Заварить крутым кипятком как чай.

Некоторые знахари лечили болезни печени смесью рассола квашеной капусты и томатного сока по половине стакана каждого.

При камнях в желчных протоках нужно принимать за полчаса до еды оливковое масло, сначала по 1/2 чайной ложки, затем до 1/2 стакана. Русские знахари утверждали, что оливковое масло и сок лимона или грейпфрута не только разрешает застой желчи, но и изгоняет камни и песок.

ОТРЕЗВЛЕНИЕ ПЬЯНЫХ: 5 капель нашатырного спирта растворить в стакане холодной воды и дать выпить.

Взять голову пьяного так, чтобы ладони были наложены на уши. Быстро и сильно тереть оба уха. Прилив крови достаточно быстро приведет пьяного в сознание (хотя и относительное).

После сильного опьянения на следующий день болит голова, тошнит и т. д. В старину эти проявления лечились 20 каплями мятного спирта в стакане холодной воды. Облегчение наступало немедленно.

Проявление "вчерашнего кутежа" можно облегчить, если утром натощак выпить стакан теплого молока.

СЕРДЕЧНЫЕ СРЕДСТВА. Лечение стенокардии отваром боярышника русские знахари считали лучшим средством. 6 столовых ложек с верхом плодов боярышника и 6 столовых ложек пустырника залить семью стаканами крутого кипятка. Не кипятить. Кастрюлю с боярышником тепло укутать и настаивать сутки. Процедить и отжать через марлю набухшие ягоды. Хранить готовый отвар в холодном месте. Принимать по 1 стакану 3 раза в день. Не подслащивать

Одно из наиболее действенных средств при лечении суставного ревматизма – березовые почки. Почки настаивают на спирту или водке и втирают в область сустава. Эффективна также мазь из березовых почек. Для ее приготовления нужно взять 800 г несоленого свежего сливочного масла и березовые почки. В глиняный горшок уложить слоями: масло в 1,5 см, сверху слой почек такой же толщины и т.д. Плотно закрыть крышкой и замазать тестом. Поставить на сутки в теплое место, лучше всего в нежаркую печь. Через сутки, слег-

ка остудив, отжать через марлю. В полученное масло добавить 7–8 г камфоры и перемешать. Втирать в сустав вечером перед сном.

УШИБЫ И БОЛИ В СУСТАВАХ. 50 граммов камфоры, 50 г порошка горчицы, 100 г спирта, 100 г сырого яичного белка. В спирте последовательно растворить сначала камфору, затем горчицу. Отдельно взбить белок. Смешать оба состава, втирать в больной сустав при артрите вечером перед сном.

При сильных ушибах рекомендуется сразу наложить на ушибленное место лед. Позднее растереть камфорным спиртом или отваром цветов арники.

Одним из лучших средств лечения ушибов считалось использование бодяги. 2 столовые ложки бодяги, истолченной в порошок, развести 4 столовыми ложками кипяченой воды и немедленно наложить на ушибленное место. Действие бодяги начинается после испарения некоторого количества влаги. Бодяга предохранит от возникновения кровоподтеков и гематом.

Для заживления ран, при ушибах, ломоте применяли припарки из травы зверобоя. Столовую ложку измельченной травы залить 1/2 литра водки и настаивать в течение недели. Хранить в плотно укупоренной бутылке.

МОЗОЛИ, БОРОДАВКИ И ПРОЧИЕ НЕПРИЯТНОСТИ. Распарив ногу перед сном, привязать к мозоли корку лимона с мякотью. В течение 2–3 дней процедуру повторить, после чего опять распарить ногу и аккуратно снять мозоль.

При вросшем ногте вдоль его центра от лунки к краю пальца осторожно сделать напильником бороздку, достаточно глубокую, но не до конца вглубь. Через несколько дней ноготь "выйдет" из углов и боль прекратится. В дальнейшем ногти подрезать таким образом, чтобы не срезать углов.

При потливости ног утром присыпать ноги порошком борной кислоты. Растереть ее легкими движениями по подошве и между пальцами. Надеть носки. Вечером смыть водой не горячее 40–50°С.

При сильном потении присыпать ноги истолченной в мелкий порошок дубовой корой, надеть носки и не снимать всю ночь. Утром смыть прохладной водой.

Для лечения бородавок взять небольшую картофелину и разрезать ее пополам. Очищать не нужно. Одну половину выбросить. Резаной стороной оставшейся половины натереть бородавки, после чего закопать в сухом месте. Закопанная часть картофелины высохнет – бородавки исчезнут. Нам неизвестно, пропадут ли бородавки в том случае, если картофелину не закапывать, но известно, что юношеские бородавки часто поддаются лечению соком чеснока. Для этого надо просто натирать бородавки разрезанной чесночной долькой.

<u>УХОД ЗА КОЖЕЙ.</u> Для смягчения кожи и улучшения цвета лица пользовались огуречной водой. Натереть неочищенные огурцы на крупной терке или мелко нарезать, сложить в бутылку и залить водкой или разведенным спиртом. Выставить бутылку на солнце на две недели. Протирать лицо процеженной неразбавленной настойкой.

Для смягчения кожи лица при обветривании рекомендовалось накладывать маску из яичного желтка, чайной ложки меда и чайной ложки глицерина. Смывать теплой водой без мыла.

Сок листьев алоэ способствует устранению раздражений, воспалений, угрей при жирной коже лица. Листья промыть кипяченой водой, обсушить и в течение 10 дней держать в темном, прохладном месте. Измельчить и отжать сок. Протирать кожу лица.

Примочки, протирания и компрессы из отвара березовых почек – хорошее средство лечения прыщей, раздражения кожи. Взять 1 столовую ложку березовых почек, залить ее стаканом крутого кипятка и кипятить 15–20 минут. Можно заварить как чай и настаивать 2–3 часа, потом процедить

Употребление пивных дрожжей по 1–2 чайных ложки перед едой или во время еды избавит вас от юношеских угрей.

ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ВОЛОС. При выпадении волос русские знахари рекомендовали вымыть голову теплой водой без мыла, затем, мягко массажируя кожу головы, втереть поваренную соль. Продолжительность манипуляции 10–15 минут. Повторить эту процедуру 6 раз. Утверждают, что это средство спасло многих от облысения при сухой коже головы.

Корни репейника (при заготовлении их необходимо выморозить) сложить в кастрюлю, залить водой, чтобы она их только прикрыла, и поставить в духовку. Кипятить до полного размягчения корней. Отвар остудить и процедить. Ежедневно смачивать им корни волос. волосы растут быстрее и гуще, перхоть пропадает.

При начинающемся облысении для укрепления корней волос издавна использовали отвар шишек хмеля. Собирать шишки нужно в августе–сентябре, до их полного созревания. Столовую ложку хмеля залить стаканом крутого кипятка и кипятить 30 минут. После охлаждения втирать в кожу головы.

При жирной коже головы и перхоти втирать смесь из 10 частей спиртовой настойки календулы и 1 части касторового масла. При сухой коже головы касторовое масло и настойка календулы берутся в равных пропорциях.

При выпадении волос, для их оздоровления, рекомендуется после мытья головы втирать настой крапивы. Одну столовую ложку сухих измельченных листьев крапивы залить стаканом крутого кипятка и настаивать в течение часа. Остывший отвар процедить и втирать в кожу головы 1–2 раза в неделю.

Приготовить смесь из измельченных корней лопуха и корневищ аира в равных пропорциях. 6 столовых ложек смеси залить литром воды и кипятить 15–20 минут. Дать остыть и настояться в теплом месте. Втирать в кожу головы 2–3 раза в неделю. Это хорошо укрепляет и оздоравливает волосы.

ПРИ ЗУБНОЙ БОЛИ, ИКОТЕ поступить следует так. Заварить шалфей и теплым отваром пополоскать рот, стараясь подольше держать теплый отвар у больного зуба. Остывший отвар сплевывают и набирают теплый. Делать это приходится часто, 3–4 раза в течение получаса. Однако боль стихает.

Взять ломтик свиного сала – свежего или соленого. Если сало соленое, соль необходимо счистить. Ломтик сала положить на больной зуб, между десной и щекой. Держать минут 15–20, за это время боль утихает.

При упорной икоте русские врачи назначали отвар семян укропа. Кроме того, этот отвар усиливает лактацию.

При икоте задержите дыхание, сцепите кисти рук за спиной и, наклонившись, сделайте несколько глотков из стакана, стоящего на столе. Икота прекратится сразу.

КАК БОРОТЬСЯ С МАЛЯРИЕЙ? Взять 3 чайные ложки жареного и мелко помолотого черного кофе, 2 чайные ложки тертого хрена и 2 стакана воды и варить 20 минут. Процедить и пить горячим по полстакана в день в течение трех дней. Этого срока, как считали знахари, бывало достаточно, чтобы излечить малярию.

Взять 300 граммов мелких веток сирени с листьями и кипятить 20 минут в литре воды. Дать отвару настояться не менее 2 часов и процедить. Принимать по полстакана 3 раза в день.

В одном литре воды вскипятить 200 г корней подсолнечника (свежих) в течение 20 минут. Настаивать 2–3 часа и процедить через сложенную вчетверо марлю. Принимать по полстакана 3 раза в день.

ГЛИСТОГОННЫЕ СРЕДСТВА. 10 головок чеснока, принятых с топленым молоком, по мнению русских знахарей, изгоняли все виды глистов. Через два часа после приема чеснока нужно выпить слабительное.

Очищенные семена тыквы провернуть через

мясорубку и принимать по 2 столовые ложки, запивая теплым молоком, утром натощак, а через час принять слабительное.

УСПОКАИВАЮЩИЕ СРЕДСТВА. При заболеваниях почек, неврозах применяется настой молодых листьев березы. 100 граммов листьев измельчить и залить 2 стаканами теплой кипяченой воды, настаивать 5–6 часов. Процедить, отжать в настой листья и после отстаивания перелить, оставив осадок. Принимать по 1/2 стакана 2–3 раза в день перед едой. Настой очень богат витамином С.

При ночном недержании мочи знахари рекомендуют заваривать и пить как чай смесь из зверобоя и золототысячника в равных пропорциях.

КАК ЛЕЧИТЬ ГЕМОРРОЙ. В Центральной России знахари лечили геморрой прикладыванием осиновых листьев к геморроидальным шишкам. Предварительно больное место обмыть теплой водой с мылом, затем прохладной. Листья прикладываются на 2 часа. Если боль усиливается, снять листья раньше. Прохладной водой обмыть шишки. Через день-два процедуру повторить.

Почечуйный чай – одно из средств лечения геморроя. Траву горца почечуйного заварить крутым кипятком как чай и пить несколько раз в день.

Из сырой картофелины выстругать свечку в палец толщиной с тупым концом. Вводить в задний проход при геморрое и держать всю ночь. Утром свеча выйдет с калом или при легком натуживании.

Л 33
Лечебник русских знахарей
ISBN 5-85258-022-8

ИБ 2208Л $\frac{4105040000}{002(01)-90}$ 90 Без объявл. ББК 53.58

Лечебник русских знахарей. – Свердловск, Лига, 1990. – с ил.

1990
По заказу МП "Абрис"

Типография, г. Асбест, Свердловской обл.
Тираж 300 000 экз. Заказ 5653. Цена 95 коп.